



Ja Nein

Rauchen Sie mehr als 10 Zigaretten täglich?

Finden Sie es schwierig mehrere Stunden nicht zu rauchen?

Rauchen Sie Ihre erste Zigarette innerhalb der ersten Stunde nach dem Aufwachen?

Mögen Sie die Zigarette am Morgen am wenigsten aufgeben?

Rauchen Sie vormittags mehr als am Rest des Tages?

Kommt es vor, dass Sie rauchen, wenn Sie krank sind und tagsüber im Bett bleiben müssen?

Wenn Sie drei oder mehr der oben gestellten Fragen mit „Ja“ beantworten, empfehlen wir Ihnen eine Beratung zur Tabakentwöhnung.

Anfahrt

Cellitinnen-Krankenhaus St. Hildegardis

Bachemer Straße 29-33
50931 Köln
www.hildegardis-krankenhaus.de

Kontakt

Thoraxklinik

Telefon 0221 4003-171
Fax 0221 4003-295



Tabakentwöhnung

Angebote zum Rauchstopp



Angebote zur Tabakentwöhnung

Schön, dass Sie das Rauchen aufgeben möchten!

Auf eigene Faust fällt es vielen Menschen im ersten Anlauf schwer. Nicht selten verhindern eine stark ausgeprägte Abhängigkeit, fehlende soziale Unterstützung, psychische und soziale Probleme wie Depressivität, ständiger Stress oder auch Ängste vor Gewichtszunahme ernst gemeinte Aufhörversuche.

Wir unterstützen Sie gerne!

Mit Hilfe einer Beratung zur Tabakentwöhnung in unserer Rauchersprechstunde, kognitiv-verhaltenstherapeutischer Entwöhnungstherapie in unserer offenen Gruppe „Rauchstopp“ und eventuell einer medikamentösen Entzugsbehandlung können Sie die Wahrscheinlichkeit auf einen erfolgreichen Rauchverzicht deutlich erhöhen.

Offene Gruppe Rauchstopp

Ort	Cellitinnen-Krankenhaus St. Hildegardis
Termine	Jeden Montag, 17:00 bis 18:30 Uhr Einstieg jederzeit möglich
Kursleitung	Dr. Rana Kruse Psychologische Psychotherapeutin
Kosten	Die Teilnahmegebühr (bis zu 12 Termine) beträgt 90 Euro*. Die meisten Krankenkassen erstatten einen Teil der Kursgebühren nach Abschluss des Entwöhnungsprogramms zurück.
Anmeldung	bei Dr. Rana Kruse rkruse@sthildegardis.de

Rauchersprechstunde

Ort	Cellitinnen-Krankenhaus St. Hildegardis
Termine	Jeden Mittwoch, 8:30 bis 9:30 Uhr
Leitung	Dr. Rana Kruse Psychologische Psychotherapeutin
Kosten	kostenfrei
Anmeldung	bei Dr. Rana Kruse rkruse@sthildegardis.de

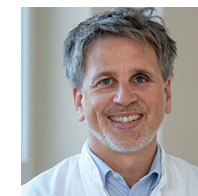
*Bitte überweisen Sie die Gebühr bei Ihrer Anmeldung:
IBAN: DE19 3702 0500 0001 0108 21
BIC: BFSWDE33XXX
Verwendungszweck: Teilnahme Tabakentwöhnung, Name



Wir unterstützen Sie bei Ihrem Rauchstopp!



Dr. med. Rana Kruse
Psychologische
Psychotherapeutin (VT)
Telefon 0221 4003-171
rkruse@sthildegardis.de



Ärztliche Begleitung
Dr. med. Alexander Prickartz
Chefarzt Thoraxklinik Köln
Telefon 0221 4003-171
aprickartz@sthildegardis.de